Nicht für den Prüfling bestimmt

I Erläuterungen

Voraussetzungen gemäß KCGO und Abiturerlass in der für den Abiturjahrgang geltenden Fassung

Standardbezug
Die nachfolgend genannten Kompetenzbereiche und Einzelstandards sind für die Bearbeitung der Aufgabe besonders bedeutsam.
Bewegungskompetenz
- den spezifischen konditionellen Anforderungen einer Sportart/Disziplin entsprechend trainieren (B2)
- ihr Bewegungshandeln gezielt beobachten, in angemessener Fachsprache beschreiben und die Ergebnisse für die Bewegungsausführung nutzen (B4)

Urteils- und Entscheidungskompetenz
- das Anforderungsprofil einer Sportart/Disziplin analysieren, die maßgeblichen Leistungskomponenten und Bewegungsmerkmale reflektieren und unter Verwendung der Fachsprache erläutern (U9)
- Grundzüge der gegenwärtigen Sport-, Spiel- und Bewegungskultur und deren Organisationsformen charakterisieren und kritisch reflektieren (U12)

Darüber hinaus können weitere, hier nicht explizit benannte Einzelstandards für die Bearbeitung der Aufgabe nachrangig bedeutsam sein, zumal die Kompetenzbereiche in engem Bezug zueinander stehen. Die Operationalisierung des Standardbezugs erfolgt in Abschnitt II.

Inhaltlicher Bezug
Die Aufgabe 1 bezieht sich auf das
Themenfeld *Struktur sportlicher Bewegungen* (Q1.2), insbesondere auf die Stichworte *Phasenstruktur zyklischer und azyklischer Bewegungen*, *qualitative Bewegungsmerkmale (Bewegungsrhythmus, Bewegungsfluss, Bewegungspräzision, Bewegungskonstanz, Bewegungsstärke)* und *funktionale Betrachtung (Knotenpunkte)*, und auf das Themenfeld *Bedeutung der Kraft im Fitness- und Gesundheitstraining* (Q2.1), insbesondere auf die Stichworte *Strukturmodell Kraft (Maximalkraft, Schnellkraft (Reaktivkraft), Kraftausdauer)* und *Trainingsmethoden zum Muskelaufbau und zur Verbesserung der Kraftausdauer*.

Die Aufgabe 2 bezieht sich auf das
Themenfeld *Kondition* (Q1.1), insbesondere auf das Stichwort *Strukturmodell Kondition (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit und deren Ausdifferenzierungen)*, auf das Themenfeld *Sportartspezifische Anforderungsprofile* (Q1.4), insbesondere auf die Stichworte *koordinative Fähigkeiten (Strukturmodell, Stellenwert für das motorische Lernen)* und *Technikleitbild (am Beispiel einer der gewählten Sportarten)*, und auf das Themenfeld *Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport* (Q3.2), insbesondere auf die Stichworte *Sport in den Massenmedien (vom Sportereignis zum Mediensport)* und *Sportveranstaltungen / Events (Sponsoring, Wirtschaftsfaktor Sport, TV-Präsenz, Telegenität, Rezeption und Inszenierung)*.

II Lösungshinweise

In den nachfolgenden Lösungshinweisen sind alle wesentlichen Gesichtspunkte, die bei der Bearbeitung der einzelnen Aufgaben zu berücksichtigen sind, konkret genannt und diejenigen Lösungswege aufgezeigt, welche die Prüflinge erfahrungsgemäß einschlagen werden. Lösungswege, die von den vorgegebenen abweichen, aber als gleichwertig betrachtet werden können, sind ebenso zu akzeptieren.

Aufgabe 1.1

- Bewegungsstärke:
  Bewegungsstärke bezeichnet das Ausmaß, mit dem die Muskelkraft bei einer Bewegung eingesetzt wird. Bei einem Badmintonschlag kann die Bewegungsstärke hoch sein, wenn man einen festen oder schnellen Schlag ausführen will (z.B. Smash), wohingegen die Bewegungsstärke gering ist, wenn man einen präzisen, gut dosierten Schlag (z.B. Vorhand-Überkopf-Drop) ausführen will.
- Bewegungsumfang:
  Der Bewegungsumfang gibt die räumliche Ausdehnung eines Bewegungsablaufs an. Bei einem Pass im Fußball oder im Handball ist der Bewegungsumfang beispielsweise bei einem weiten Pass durch die erweiterte Ausholbewegung größer als bei einem kurzen Pass. Ein größerer Bewegungsumfang benötigt bei gleicher Bewegungsgeschwindigkeit auch mehr Zeit, weshalb der Bewegungsumfang immer an das vorgegebene Ziel angepasst werden sollte.
- Bewegungstempo:
  Das Bewegungstempo gibt die Geschwindigkeit oder die Schnelligkeit von Teil- oder Gesamtbewegungen an. So ist beim Schwimmen die Geschwindigkeit, in der eine Wende vollzogen wird, von hoher Bedeutung für die Leistung. Ebenso ist beispielsweise beim Sprint die Schrittfrequenz für die Leistung von hoher Bedeutung.
- Bewegungsrhythmus:
  Der periodische Wechsel von Anspannung und Entspannung bei Bewegungsabläufen bezeichnet den Bewegungsrhythmus. Beim Hürdenlauf ist eine gute Technik unter anderem dadurch erkennbar, dass der Bewegungsablauf vor, über und nach der Hürde sich vom Ablauf der Entspannung und Anspannung immer wieder gleicht. Der Bewegungsrhythmus kann auch an äußere Bedingungen, wie beispielsweise Musik beim Tanz, angepasst werden.
- Bewegungsfluss:
  Der Bewegungsfluss wird als Grad der Kontinuität einer Bewegung bezeichnet. Der Bewegungsfluss wird oftmals durch plötzliche abrupte Änderungen der Geschwindigkeit oder der Richtung gestört. Im räumlichen Verlauf kann der Bewegungsfluss beim bogenförmigen Anlauf zum Hochsprung erkannt werden. Der Anlauf erfolgt dabei stetig gekrümmt, also fließend und ohne abrupte Richtungsänderung. Beim Anlauf für den Weitsprung kann man den zeitlichen und dynamischen Aspekt des Bewegungsflusses erkennen, wenn der Anlauf stetig und ohne sprunghafte Tempoveränderung gesteigert wird.
- Bewegungspräzision:
  Die Bewegungspräzision gibt die Übereinstimmung des Soll-Werts einer Bewegung mit dem Ist-Wert einer Bewegung an. Bei der Überprüfung eines Bewegungsablaufs als Technik, z.B. der Kugelstoßtechnik, wird ein genormtes Idealbild der Technik als Soll-Wert zugrunde gelegt. Sind die Abweichungen bei der Überprüfung groß, ist die Bewegungspräzision gering. Die Bewegungspräzision kann sich aber auch in der Treffgenauigkeit einer Bewegung ausdrücken. Je größer die Bewegungspräzision, desto höher ist beispielsweise auch die Treffgenauigkeit des Balles mit dem Schläger beim Badminton.
- Bewegungskopplung:
  Die Bewegungskopplung stellt das zweckmäßige Zusammenspiel der Teilbewegungen in einem Bewegungsablauf dar. Dabei werden Teilbewegungen räumlich, zeitlich und dynamisch so aufeinander abgestimmt, dass Impulse übertragen werden können und eine möglichst optimale Gesamtbewegung entsteht. Beim Speerwurf sind die Teilbewegungen des Anlaufs, des Stemmens mit Einnahme der Wurfauslage und die eigentliche Wurfbewegung des Arms zeitlich so aneinander zu koppeln, dass der Impuls aus dem Anlauf durch den Stemmschritt zwar abgebremst, aber auf den Körper übertragen wird. Dieser Impuls wird dann von der Hüfte auf den Oberkörper und letztendlich auf den Arm und von dort auf den Speer übertragen. Dabei ist es hilfreich, wenn sämtliche Impulse in die gleiche Richtung, die Wurfrichtung, ausgerichtet sind.
- Bewegungskonstanz:
  Die Bewegungskonstanz gibt die Übereinstimmung von wiederholten Bewegungsabläufen im Vergleich untereinander an. Dabei können genormte Idealbilder angestrebt werden, wenn z.B. der Absprung beim Weitsprung immer genau auf dem Brett erfolgen soll.

Nicht für den Prüfling bestimmt

Aufgabe 1.2
Vergleich der beiden Lauftechniken in Bezug auf technische Ausführung und qualitative Bewegungsmerkmale

	Sprintschritt	**Ausdauerschritt**
technische Ausführung		
Schrittlänge	länger	kürzer
Schrittfrequenz	sehr hoch	mittel
Technik – vordere Schwungphase Bodenkontaktzeit	nahezu waagrechter Kniehub, starke Greifbewegung durch Vorpendeln des Unterschenkels	geringerer Kniehubeinsatz, geringere Greifbewegung
Technik – vordere Stützphase	Fußaufsatz nahe dem KSP-Punkt, sehr aktiver Fußaufsatz	Fußaufsatz sehr nah am KSP-Punkt, aktiver Fußaufsatz
Technik – hintere Stützphase	Generieren der Abdruckkraft	
Technik – hintere Schwungphase	starkes Anfersen	mittlere Ausprägung des Anfersens
Armführung	hohe Amplitude; gegengleich zu den Beinen	geringere Amplitude; gegengleich zu den Beinen
qualitative Bewegungsmerkmale		
Bewegungsrhythmus	gleiche zeitliche Gliederung in der Bewegungsfolge	
Bewegungskopplung	Arm- und Beinbewegung räumlich, zeitlich und dynamisch jeweils aufeinander abgestimmt	
Bewegungsfluss	Laufbewegungen jeweils kontinuierlich	
Bewegungsumfang	größer (Schrittlänge)	geringer
Bewegungstempo	höher	geringer
Bewegungsstärke	deutlich höherer Krafteinsatz (optimal-maximal)	Krafteinsatz ökonomisch

Aufgabe 1.3
Zuordnung der Kraftfähigkeiten für leistungsstarke Sprinter:
- Maximalkraft: Grundlage für Explosivkraftvermögen
- Reaktivkraft (Dehnungsverkürzungszyklus): in möglichst geringem Zeitraum möglichst hohen Kraftimpuls setzen, Fußaufsatz, Bodenkontakt
- Explosivkraft: Streckung sowohl in der hinteren Stützphase als auch in der Startphase muss möglichst explosiv sein
- Schnellkraft/Startkraft: möglichst schneller Start des Sprints

Zuordnung der Kraftfähigkeiten für leistungsstarke Ausdauerläufer:
- Maximalkraft: Grundlage für Kraftausdauer und Reaktivkraft
- Kraftausdauer: um möglichst lange der Ermüdung zu widerstehen und die ausdauernde Laufleistung konstant zu halten

Aufgabe 1.4
Folgende Eckpunkte für ein Krafttraining für leistungsstarke Ausdauerläufer könnten entwickelt werden:
- Berücksichtigung der Periodisierung: Beginn mit Kraftausdauer- und kurzfristigem Hypertrophietraining (Gewöhnung der Muskulatur und Verletzungsprophylaxe), Übergang zum IK-Training, Übergang in Laufbewegung, Schnellkraft- und Reaktivkrafttraining (Intensität je nach Wettkampfstreckenlänge) hin zur Wettkampfphase

- „freie Laufbewegung" Stützphasen: Reaktivkrafttraining: plyometrische Sprünge: Fußgelenkssprünge, „Hopserlauf", Sprunglauf, Einbeinsprünge, Drop-Jumps
- Krafttraining über die Beinmuskulatur hinaus: Krafttraining der Arme (analog zu Beinen, jedoch weniger im Vordergrund, plus Training der Haltekraft), Körperstabilisationsübungen für den Rumpf (insbesondere gerade und seitliche Bauchmuskulatur, Rückenmuskulatur, um eine adäquate, optimale Körperhaltung beim Laufen möglichst lange/durchgängig gewährleisten zu können)
- unterschiedliche Trainingsstätten: Kraftraum: anfangs 1–2× pro Woche, im Verlauf 1× pro Woche; Laufbahn und Wald: 2–3× pro Woche mit Läufen (und Sprüngen)

Aufgabe 2.1
Das sportliche Anforderungsprofil des Biathlon Massenstartwettkampfs kann wie folgt beschrieben werden:

- konditionelle Anforderungen:
  - Ausdauer: aerobe (über die gesamte Streckenlänge) und anaerobe (Start, Überholmanöver, Anstiege, Zwischensprints) Ausdauerfähigkeit, hohe Laktatwiderstandsfähigkeit und schnelle Regenerationsfähigkeit (für das Schießen)
  - Kraft: grundlegend Kraftausdauer, Maximalkraft als Grundlage, darüber hinaus Schnellkraft, Explosivkraft (Lauftechnik, Start)
  - Schnelligkeit und Beweglichkeit kommt im Biathlon eine untergeordnete Bedeutung zu
- koordinative Anforderungen: angesichts der komplexen Bewegungsformen sind nahezu alle koordinativen Fähigkeiten notwendig, insbesondere
  - Gleichgewichtsfähigkeit (Gleiten auf den Ski)
  - Orientierungsfähigkeit (am Start, im Teilnehmerfeld)
  - Rhythmisierungsfähigkeit (Laufbewegung)
  - Umstellungsfähigkeit (unterschiedliche Streckenbeschaffenheit, Wechsel zwischen Laufen und Schießen)
  - Differenzierungsfähigkeit (Laufen und Schießen)
  - Kopplungsfähigkeit (Koordination von Arm-, Bein- und Ganzkörperarbeit für die Lauftechnik)
- spezielle technische Anforderungen: sehr gutes Beherrschen von Lauf- und Schießtechnik
- taktische Anforderungen: hohe taktische Anforderungen vor allem an das Verhalten beim Start (Positionierung), auf der Laufstrecke (Kraft einteilen, hinter dem Konkurrenten bleiben oder vorbei gehen) und am Schießstand (Tempo, Rhythmus)
- mental-kognitive Anforderungen:
  - Stressresistenz (Start, Schießen)
  - Konzentrationsfähigkeit (Schießen)

Aufgabe 2.2
Merkmale für die besondere Eignung der Sportart Biathlon für eine Übertragung im Fernsehen:

- Die Sportart ist durchgehend spannend und bietet bis zum Ende Überraschungen (Dramatisierung).
- Biathlonereignisse werden als große Events mit Stadionatmosphäre gestaltet (Unterhaltungsorientierung).
- Biathlon wird zuschauergerecht dargeboten, z.B. in Stadien oder in Städten (Kommerzialisierung).
- Die Sportart ist veränderbar und passt sich und ihr Reglement immer wieder neu an.
- Erfolge heimischer Sportler möglich (Stereotypisierung und Personalisierung)
- Biathlon bietet die Möglichkeit, Hintergrundinformationen zu den Sportlern zu geben und so „Stars" zu produzieren (Personalisierung und Unterhaltungsorientierung).
- Sportler zeigen Hochleistungen bis hin zur totalen Erschöpfung (Leistungsorientierung und Dramatisierung).

In der Diskussion der Übertragbarkeit der Erfolgskonzepte der Sportart Biathlon auf andere Sportarten muss anhand einer selbst gewählten Sportart eine Argumentation entwickelt werden, die zu einer begründeten Bewertung führt. Beispielhaft für die Sportart Leichtathletik könnte unter anderem auf folgende Aspekte eingegangen werden:

- Organisationsform und Reglement von Wettkämpfen könnten aufgebrochen und neu gestaltet werden mit dem Ziel, das Wettkampfgeschehen über lange Zeit offen und spannend zu erhalten (Bsp. Leichtathletik: Disziplinen könnten ähnlich wie beim Biathlon in einem Wettkampf miteinander verknüpft werden)
- Wettkämpfe könnten so umgestaltet werden, dass für den Zuschauer eine möglichst direkte Vergleichbarkeit der Athleten möglich ist (Bsp. Leichtathletik: Antreten der Athleten im direkten Vergleich, z.B. bei Ausscheidungsrennen)
- Wettkämpfe könnten außerhalb des normalen Stadions stattfinden (Bsp. Leichtathletik: Stabhochsprungwettkämpfe in der Innenstadt) und so Zuschauernähe schaffen.
- Neue Disziplinen könnten entstehen, die sich vordergründig am Interesse der Zuschauer ausrichten (Bsp. Leichtathletik: neue Mehrkampfwettkämpfe mit neuen Sportgeräten, Sprunganlagen).
- Die Wettkämpfe könnten unter Einbindung von Stadionatmosphäre, Rahmenprogramm mit Party/Musik, Vor- und Nachberichterstattung etc. zu großen Sportevents gesteigert werden (Bsp. Leichtathletik: Hochsprungmeetings mit Musik und Lichtshow).
- Die Medientauglichkeit könnte über Personalisierung (mediale Vermarktung von Sportlerpersönlichkeiten) erhöht werden.
- Viele Entscheidungen in kurzer Zeit (z.B. direkte Duelle, nur der Sieger kommt in den Endkampf) erhöhen den Unterhaltungswert und die Dramatik.

Dem gegenüber könnte auf Hindernisse eingegangen werden, die einer möglichen Übertragung des Erfolgskonzeptes aus dem Biathlon entgegenstehen:

- Umsetzbarkeit (Ist es organisatorisch überhaupt machbar? Ist es von Sportlern, Zuschauern und Verbänden gewollt?)
- Sinnhaftigkeit (Überwiegt der Nutzen gegenüber möglichen nachteiligen Folgen?)
- mögliche Vor- und Nachteile für die Sportart (z.B. höhere Popularität und bessere Finanzierung versus erzwungene Veränderung der Sportart, Bruch mit der traditionellen Form der Sportart)

Zusammenfassend könnte festgestellt werden, dass die im Biathlon genutzten Erfolgskonzepte zur Steigerung der Medientauglichkeit grundsätzlich auch erfolgsversprechend auf andere Sportarten übertragen werden können. Dabei sind aber die jeweilige Struktur und der Charakter der betreffenden Sportart ausschlaggebend und es ist zu hinterfragen, welche positiven, aber auch negativen Auswirkungen eine solche Übertragung hätte.

III Bewertung und Beurteilung

Die Bewertung und Beurteilung erfolgt unter Beachtung der nachfolgenden Vorgaben nach § 33 der Oberstufen- und Abiturverordnung (OAVO) in der jeweils geltenden Fassung. Bei der Bewertung und Beurteilung der sprachlichen Richtigkeit in der deutschen Sprache sind die Bestimmungen des § 9 Abs. 12 Satz 3 OAVO in Verbindung mit Anlage 9b anzuwenden.

Bei der Bewertung und Beurteilung der Übersetzungsleistung in den Fächern Latein und Altgriechisch sind die Bestimmungen des § 9 Abs. 14 OAVO in Verbindung mit Anlage 9c anzuwenden.

Der Fehlerindex ist nach Anlage 9b zu § 9 Abs. 12 OAVO zu berechnen. Für die Ermittlung der Punkte nach Anlage 9a zu § 9 Abs. 12 OAVO sowie Anlage 9c zu § 9 Abs. 14 OAVO wird jeweils der ganzzahlige nicht gerundete Prozentsatz bzw. Fehlerindex zugrunde gelegt.

Für die Bewertung in den modernen Fremdsprachen ist der „Erlass zur Bewertung und Beurteilung von schriftlichen Arbeiten in allen Grund- und Leistungskursen der neu beginnenden und fortgeführten modernen Fremdsprachen in der gymnasialen Oberstufe, dem beruflichen Gymnasium, dem

Abendgymnasium und dem Hessenkolleg“ vom 7. August 2020 (ABl. S. 519) zugrunde zu legen. Demnach erfolgt die Bewertung und Beurteilung mit der Maßgabe, dass lediglich bei der Ermittlung des Prüfungsergebnisses (Note) aus Prüfungsteil 1 und 2 gerundet wird.

Darüber hinaus sind die Vorgaben der Erlasse „Hinweise zur Vorbereitung auf die schriftlichen Abiturprüfungen (Abiturerlass)“ und „Durchführungsbestimmungen zum Landesabitur“ in der für den Abiturjahrgang geltenden Fassung zu beachten.

Als Kriterien für die Bewertung und Beurteilung dienen unter Beachtung der Zielsetzung der gymnasialen Oberstufe nach § 1 Abs. 2 OAVO neben dem Inhaltlichen auch die in den Kerncurricula genannten überfachlichen Kompetenzen, insbesondere die Sprachkompetenz und Wissenschaftspropädeutik; dies zeigt sich u.a. in qualitativen Merkmalen wie Strukturierung, Differenziertheit, (fach-)sprachlicher Gestaltung und Schlüssigkeit der Argumentation.

Eine Leistung ist mit **„ausreichend“ (5 Punkten)** zu beurteilen, wenn die für die Bearbeitung der Aufgabe besonders bedeutsamen Kompetenzen grundsätzlich nachgewiesen werden und in

Aufgabe 1

- die qualitativen Bewegungsmerkmale größtenteils richtig genannt und in Grundzügen anhand von Beispielen aus dem schulsportlichen Alltag erläutert werden,
- die beiden Lauftechniken hinsichtlich technischer Ausführung und qualitativer Bewegungsmerkmale grundlegend verglichen werden,
- jeweils die wesentlichen Kraftfähigkeiten für leistungsstarke Sprinter und Ausdauerläufer in Grundzügen zugeordnet werden,
- ausgehend von den eigenen Ergebnissen aus 1.3 Eckpunkte für ein Krafttraining für leistungsstarke Ausdauerläufer noch nachvollziehbar entwickelt werden,

Aufgabe 2

- das sportliche Anforderungsprofil des Massenstartwettkampfs im Biathlon in Grundzügen beschrieben wird,
- die die Telegenität der Sportart bestimmenden Merkmale zutreffend herausgearbeitet werden und die Übertragbarkeit der Erfolgskonzepte des Biathlons auf andere Sportarten anhand eines selbst gewählten Beispiels in groben Zügen diskutiert wird.

Eine Leistung ist mit **„gut“ (11 Punkten)** zu beurteilen, wenn die für die Bearbeitung der Aufgabe besonders bedeutsamen Kompetenzen weitgehend nachgewiesen werden und in

Aufgabe 1

- die qualitativen Bewegungsmerkmale vollständig richtig genannt und überzeugend anhand von Beispielen aus dem schulsportlichen Alltag erläutert werden,
- die beiden Lauftechniken hinsichtlich technischer Ausführung und qualitativer Bewegungsmerkmale weitgehend vollständig und präzise verglichen werden,
- jeweils die wesentlichen Kraftfähigkeiten für leistungsstarke Sprinter und Ausdauerläufer zutreffend zugeordnet werden,
- ausgehend von den eigenen Ergebnissen aus 1.3 Eckpunkte für ein Krafttraining für leistungsstarke Ausdauerläufer fundiert und schlüssig entwickelt werden,

Aufgabe 2

- das sportliche Anforderungsprofil des Massenstartwettkampfs im Biathlon umfassend beschrieben wird,
- die die Telegenität der Sportart bestimmenden Merkmale zutreffend herausgearbeitet werden und die Übertragbarkeit der Erfolgskonzepte des Biathlons auf andere Sportarten anhand eines selbst gewählten Beispiels differenziert diskutiert wird.

Nicht für den Prüfling bestimmt

Gewichtung der Aufgaben und Zuordnung der Bewertungseinheiten zu den Anforderungsbereichen

Aufgabe	Bewertungseinheiten in den Anforderungsbereichen			Summe
	AFB I	AFB II	AFB III	
1.1	10	5		**15**
1.2		10	5	**15**
1.3	10			**10**
1.4		5	10	**15**
2.1	10	10		**20**
2.2		10	15	**25**
Summe	**30**	**40**	**30**	**100**

Die auf die Anforderungsbereiche verteilten Bewertungseinheiten innerhalb der Aufgaben sind als Richtwerte zu verstehen.